

**Государственное образовательное учреждение Ярославской области  
Переславль-Залесская школа-интернат №3**

Адрес: 152025 г. Переславль-Залесский Ярославской обл., ул.Магистральная, д 43. Телефоны: (8-48535) 6-09-04  
Электронная почта: deti@deti.pereslavl.ru

Утверждена приказом директора школы:

№ \_\_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Директор школы: \_\_\_\_\_

**Рабочая программа**  
**учебного курса социально-бытовой ориентировки в 7 классе**  
**2016-2017 учебный год**

**Учителя социально-бытовой ориентировки**  
**Хазарян Е. П.**

### **Пояснительная записка.**

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведение домашнего хозяйства, ориентации в окружающем, а также практически знакомятся с предприятиями, организациями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

Планирование составлено на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов под редакцией В.В. Воронковой, изд-во «ВЛАДОС», М., 2000г., базисного учебного плана специальных общеобразовательных (коррекционных) учреждений VIII вида (первый вариант).

Программа рассчитана на 1 год обучения: в 7классе – 68 часов (2 часа в неделю), в соответствии с количеством учебных часов, отведённым учебным планом.

### **Основные задачи преподавания СБО**

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов.

Темы «Питание», «Одежда и обувь», «Жилище» помогают овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, помогают овладеть навыками приготовления пищи, составления деловых бумаг, заполнения различного рода бланков. Темы «Личная гигиена», «Бюджет семьи» способствуют подготовке детей к самостоятельной жизни. Тема «Средства связи» расширяет и закрепляет знания о различных видах почтовых отправлений. Темы «Квартплата» «Оформление на работу» закрепляют навыки составления деловых бумаг с учетом различных жизненных ситуаций.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся 7 класса**

Учащиеся должны знать:

- правила личной гигиены девушки и юноши;
- правила ухода за кожей лица;

- правила стирки изделий из х/б и шелковых тканей;
- способы выбора доброкачественных продуктов;
- виды питания, их особенности;
- значение первых, вторых блюд;
- правила ухода за младшими детьми;
- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки;
- правила поведения при встрече, расставании;
- способы и периодичность ухода за окнами;
- функции железнодорожного транспорта;
- виды транспортных служб;
- о сроках и месте возврата билета;
- назначение универсамов и универмагов, различия между ними;
- перечень предметов, посылаемых бандеролью;
- меры по предупреждению переломов;
- местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия;
- название цехов, отделов, рабочих специальностей;
- виды выпускаемой продукции.

Учащиеся должны уметь:

- определять тип кожи и волос;
- подбирать мыло и шампунь;
- ремонтировать разорванное место одежды;
- стирать белье вручную и с помощью стиральной машины;
- пользоваться механическими и электробытовыми приборами;
- составлять меню завтрака, обеда, ужина на день;
- выполнять определенные обязанности в семье;
- культурно вести себя в гостях;
- выбирать подарки;
- изготавливать сувениры;
- убирать жилые помещения;

- утеплять окна;
- ориентироваться в расписании;
- приобретать билеты в ж/д кассе;
- найти лучшие товары в отделах универмага;
- заполнять бланки на отправку бандеролей, посылок;
- упаковать бандероль, посылку в твердую упаковку;
- использовать лекарственные растения для оказания первой помощи;
- обрабатывать раны, накладывать повязки;

#### Личностные результаты

Умение самостоятельно адаптироваться в социуме, в жизненных предлагаемых обстоятельствах.

Владение основными способами ухода за одеждой( стирка, глажение, пришивание пуговиц, вешалок, зашивание швов.

Умение владеть колющимися, режущимися предметами, электробытовыми приборами первой необходимости.

Самостоятельно , правильно распоряжаться небольшой суммой денег семейного бюджета

Знать цены на продукты каждодневного спроса ( хлеб, молоко, сахар, яйца, и т. д.)

Уметь написать заявление, объяснительную, заполнить некоторые виды бланков.

Иметь представление о видах транспортных служб( приобретение и возврат проездного билета.)

Тематическое планирование

7 класс

N п/п	Наименование разделов	Всего часов	Из них	Экскурсии	Примечание
			практические и экскурсии	контрольный и диагностический материал	
1	Личная гигиена	6	2	-	-
2	Одежда и обувь	6	2	1	1
3	Питание	10	2	-	-
4	Семья	4	2	-	-
5	Культура поведения	6	2	1	-
6	Жилище	4	1	-	-
7	Транспорт	6	1	1	1
8	Торговля	8	-	-	1
9	Средства связи	6	2	-	1
10	Медицинская помощь	8	2	-	1
11	Учреждения, организации, предприятия	4	-	1	1
<b>Итого:</b>		<b>68</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>6</b>

№ пп	Дата	Тема урока.	Повторение.	Словарь.	Практические работы, экскурсии.	Оборудование.	Контрольно- диагностический материал.
<b>1 четверть – 18 часов</b> <b>«Личная гигиена» - 6 часов</b>							
1.		Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила сохранения чистоты одежды и тела.	Повторить правила личной гигиены.	Подросток, здоровье.		К/ф «Вырастай здоровым и красивым».	Ответы на вопросы.

2.		Особенности за кожей лица, шеи, волосами.	Повторить правила ухода за кожей лица, шеи, волосами.			Инструкционные карты, иллюстрации, фотографии.	Работа с инструкционными картами.
3.		Мытьё волос.	Повторить правила ухода за кожей головы, мытья волос.	Средства от перхоти.	Практическая работа № 1.	Газ с водой, Кукла, мыло, шампунь, средство от перхоти.	
4.		Пользование шампунем в соответствии с типом волос: сухие, жирные, нормальные.	Повторить, как правильно мыть голову, подбирать шампунь, мыло. Средства от перхоти.	Жирные, сухие, нормальные.		Раскладушка «Уход за волосами».	
5.		Подбор мыла и шампуня для мытья кожи волос с учётом состояния.	Повторить, как правильно подбирать шампунь в соответствии с типом волос.	Шампунь, мыло.		Иллюстрации, шампунь, мыло, таблицы.	Работа с таблицами.
6.		Средства борьбы с перхотью и выпадение волос.	Повторить, как правильно подбирать шампунь и мыло с учетом особенности волос.	Перхоть.	Практическая работа № 2.	Инструкционные карты, средства от перхоти и выпадению волос.	Работа с инструкционными картами.
<b>«Одежда и обувь» - 6 часов</b>							
7.		Значение продления срока служения одежды.	Повторить ранее изученные правила ухода за одеждой.	Срок служения одежды.		Технологические карты.	Работа с технологическими картами.
8.		Виды штопки, наложение заплат.	Повторить технологию выполнения заплат.	Штопка, заплат.		Образцы штопки.	Работа с образцами.
9.		Наложение заплат. Штопка изделий.	Повторить правила выполнения штопки и наложения заплат.	Штопка, заплат.	Практическая работа № 3.	Технологические карты.	Работа с технологическими картами.

10.		Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей, стирка изделий из шёлка вручную.	Повторить название бытовой техники, правила пользования.	Х/б ткани, шёлк.		Иллюстрации, плакаты по ТБ.	Работа с плакатом по ТБ.
11.		Правила приёма глажения белья: брюк, спортивной одежды.	Повторить последовательность и особенности глажения, технику безопасности при работе с утюгом.	Утюг, гладильная доска.	Практическая работа № 4.	Утюг, гладильная доска, изделия.	
12.		Прачечная, виды услуг, правила пользования прачечной.	Повторить назначение прачечной, виды услуг.	Прачечная, услуги.	Экскурсия в прачечную.		Ответы на вопросы.
<b>«Питание» - 6 часов</b>							
13.		Виды питания.	Повторить, что такое питание, значение питания для жизнедеятельности человека.	Питание.		Таблицы, кухонный инвентарь.	Работа с таблицами.
14.		Значение первых блюд. Приготовление пищи из овощей и мясных продуктов.	Повторить виды питания, как правильно пользоваться механическими и электробытовыми приборами.	Кабачки, огурцы, кролик, телятина.		Инструкционные карты по мясным блюдам.	Работа с инструкционными картами.
15.		Значение вторых блюд. Приготовление из овощных, рыбных и мясных продуктов.	Повторить правила приготовления первых блюд.	Цветная капуста, птица.		Инструкционная карта по приготовлению вторых блюд.	Работа с инструкционными картами.

16.		Гигиена приготовления пищи. Правила хранения продуктов и готовой пищи.	Повторить значение вторых блюд, правила приготовления.	Продукты питания, холодильник.		Таблицы, холодильник.	Работа с таблицами, ответы на вопросы.
17.		Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.	Повторить способы выбора доброкачественных продуктов.	Приборы, мясорубка, тёрка, миксер.		Таблицы, инструкции.	Работа с таблицами и инструкциями.
18.		Составление меню завтрака на день, неделю.	Повторить названия механических и электробытовых приборов, как правильно ими пользоваться.	Рецепт, запеканка.	Практическая работа № 5.	Инструкционная карта, меню завтрака.	Работа с инструкционной картой.
<b>II четверть – 14 часов «Семья» - 4 часа</b>							
19.		Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	Вспомнить, какую помощь оказывают родителям в уходе за младшими детьми.	Одевание, умывание.	Практическая работа № 7.	Атрибуты необходимые для гигиенических процедур.	Ответы на вопросы.
20.		Оказание помощи младшим школьникам в одевании на прогулку.	Повторить правила ухода за младшими детьми.	Верхняя одежда, обувь.		Вещи для прогулки.	
21.		Разучивание с детьми малоподвижных и подвижных игр. Проведение игр с	Вспомнить ранее изученные подвижные и малоподвижные игры. Повторить	Подвижные, малоподвижные игры.		Инструкционная карта.	Работа с инструкционными картами.



		младшими школьниками.	правила игр.				
22.		Выполнение генеральной уборки дома и в школе.	Повторить правила уборки жилых помещений.	Чистота, порядок.	Практическая работа № 8.	Инструкционная карта.	Работа с инструкционными картами.
<b>«Культура поведения» - 6 часов</b>							
23.		Правила приёма гостей и формы отказа.	Повторить ранее изученные правила приёма гостей.	Тактичный, деликатный.			Ответы на вопросы.
24.		Правила приёма гостей.	Повторить правила поведения при встрече и расставании.	Сверстники, гости.	Практическая работа № 9.	С/р игра «В гостях у...». Атрибуты к игре.	Разыгрывание ситуаций.
25.		Подготовка к поездке в гости, внешний вид, подарки, угощение.	Повторить правила поведения во время приёма гостей.	Поездка, подарки.		Картинки, иллюстрации.	Ответы на вопросы.
26.		Изготовление несложных сувениров, подарков.	Повторить правила поведения при вручении подарков.	Материал, сувенир, подарки.	Практическая работа № 10.	Инструкционные карты, образцы.	Работа с инструкционными картами.
27.		Правила поведения в общественных местах	Повторить правила поведения при встрече и расставании.	Театр, кинотеатр.		С/р игра «Посещение театра». Атрибуты к ней.	Разыгрывание ситуаций. Ответы на вопросы.
28.		Способы ведения разговора со старшими.	Повторить способы ведения разговора со старшими, сверстниками, правила такта, умения общаться, вежливо вести себя.	Старшеклассники, сверстники.		Карточки- задания.	Работа с карточками.
<b>«Жилище» - 4 часа</b>							
29.		Регулярная и сезонная уборка	Повторить ранее изученные правила	Сезон, сезонная.	Практическая	Моющие средства,	

		жилого помещения.	уборки жилых помещений.		работа № 11	ведра, ветошь.	
30.		Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	Повторить последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения.	Клейстер.		Инструкционные карты.	Работа с инструкционными картами.
31.		Уход за полом в зависимости от покрытия. Средства ухода за полом.	Повторить способы утепления окон, мытья стёкол, зеркал.	Линолеум, паркет, доски.		Средства ухода за полом.	Ответы на вопросы.
32.		Мытьё полов.	Повторить правила подбора средств для мытья полов в зависимости от покрытия.	Линолеум, паркет, деревоплита. Моющее средство.	Практическая работа № 12.	Средства ухода за полом.	
<b>III четверть – 20 часов</b> <b>«Транспорт» - 6 часов</b>							
33.		Междугородний железнодорожный транспорт. Назначения и основные службы.	Повторить функции железнодорожного транспорта.	Междугородний.		Иллюстрации, фотографии.	Ответы на вопросы.
34.		Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.	Повторить правила пользования железнодорожным транспортом.	Справочная служба.		Расписание поездов.	Работа с расписанием поездов.
35.		Виды пассажирских вокзалов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения	Повторить виды справочных служб, как правильно ориентироваться в расписании, обращаться за справками.	Плацкарт, мягкий, купе, СВ.		Виды железнодорожных билетов. Картинки с видами железнодорожных вагонов.	Ответы на вопросы.

		железнодорожных билетов.					
36.		Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения багажа.	Повторить типы пассажирских вагонов, примерную стоимость.	Камера хранения.		Иллюстрации.	Ответы на вопросы.
37.		Уточнить стоимость проезда с учётом вида поезда и типа вагона.	Повторить, как правильно определять пункт назначения, вид поезда, тип вагона.	Тариф, стоимость.		Расписание и тарифы.	Работа с расписанием и тарифами.
38.		Проверочный урок по теме «Транспорт».	Повторить примерную стоимость проезда на ж/д транспорте в зависимости от типа вагона.		Проверочный урок.		
<b>«Торговля» - 8 часов</b>							
39.		Универмаг, универсам и их назначение.	Повторить, полученные знания на уроках по теме «Транспорт».	Универмаг, универсам.		С/р игра «Магазин». Атрибуты к игре.	
40.		Сельмаг и сельпо.	Повторить назначение универмагов и универсамов.	Сельмаг, сельпо.		Фотографии магазинов.	Ответы на вопросы.
41.		Отделы магазинов, стоимость товаров.	Повторить, как правильно найти нужные товары в отделах.	Отделы, стоимость.		Ценники на товары.	Ответы на вопросы.
42.		Порядок приобретения товаров, назначение, примерка одежды,	Повторить примерную стоимость мебели, ковров, бытовой техники,	Чек, товарный чек.		С/р игра «магазин». Атрибуты к игре.	Ответы на вопросы.

		головного убора. Оплата за товар в кассе, получение чека, проверка сдачи.	телевизора.				
43.		Оплата за товар в кассе, получение чека, проверка сдачи.	Повторить, как правильно приобретать товар с учётом необходимости.	Чек, товарный чек.		С/р игра «магазин». Атрибуты к игре	Ответы на вопросы.
44.		Нахождение указанного отдела для покупки товара и по собственному желанию.	Повторить, как правильно оплачивать товар, получать чек и проверять сдачу.	Товар, отдел.		Атрибуты к игре «Магазин».	Ответы на вопросы.
45.		Нахождение указанного отдела для покупки товара и по собственному желанию. Инструктаж по ПДД.	Повторить, как правильно находить отдел для покупки нужного товара.	Экскурсия.	Экскурсия в магазин.		Ответы на вопросы.
46.		Отделы распродажи товаров по сниженным ценам.	Повторить, как правильно находить отдел для покупки нужного товара.	Распродажа, сниженные цены.			Ответы на вопросы.
<b>Средства связи – 6 часов</b>							
47.		Виды бандеролей (простая, заказная с уведомлением). Порядок их отправления.	Повторить правила и порядок приобретения товаров по сниженным ценам.	Посылка, бандероль.		Макеты бандеролей, предметы для бандеролей.	Ответы на вопросы.
48.		Упаковка бандеролей, стоимость пересылки.	Повторить перечень предметов, посылаемых бандеролью, в	Упаковочный материал.	Практическая работа № 14.	Технологические карты.	Работа с технологическими картами.

			посылке. Виды почтовых переводов.				
49.		Посылки. Виды упаковки. Правила и стоимость отправления посылки.	Повторить, какой максимальный вес почтовых отправлений. Как правильно уметь упаковывать бандероль, посылку.	Макет посылки, тарифы.		Технологические карты.	Работа с технологическими картами.
50.		Заполнение бланков на отправку бандеролей и посылок.	Повторить виды и способы упаковки. Правильность составления списка посылаемых товаров, определение стоимости посылки.	Опись, бланк.	Практическая работа № 15.	Бланки, образцы заполнения.	Работа с бланками.
51.		Посылки, бандероли, отправленные наложенным платежом.	Повторить, как правильно определять стоимость почтовых переводов.	Наложенный платёж.		Материал для упаковки.	
52.		Определение стоимости простых и ценных посылок. Инструктаж по ПДД.	Повторить, как правильно определять стоимость почтовых отправлений.	Стоимость.	Экскурсия на почту.		
<b>IV четверть – 16 часов</b> <b>«Медицинская помощь» - 8 часов</b>							
53.		Виды доврачебной помощи, измерение температуры, обработка ран при	Повторить ранее изученные виды доврачебной помощи.	Перевязочные средства.		Термометр, бинт, перекись водорода.	

		микротравмах (не глубокий порез, ушибы, укус).					
54.		Лекарственные растения в домашней аптечке.	Повторить виды доврачебной помощи, меры предупреждения при травмах.	Настой, отвар.		Рисунки, фотографии лекарственных растений.	
55.		Первая помощь при травмах, вывихах, переломах, наложение повязок.	Повторить правила приготовления отвара, настоя из лекарственных растений.	Растяжение, вывих.		Материал для накладывания повязок.	
56.		Наложение повязок на раны.	Повторить правила оказания первой медицинской помощи при вывихах, растяжениях, переломах.	Травма, микротравма, стерильная повязка.	Практическая работа № 16.	Технологическая карта.	Работа с технологической картой.
57.		Меры предупреждения переломов.	Повторить правила обработки ран, наложение повязок.	Перелом, закрытый, открытый.		Плакаты.	
58.		Наложение повязки на раны.	Повторить меры безопасности по предупреждению переломов.	Повязка, рана.		Плакат, таблица.	Работа с таблицей.
59.		Наложение повязок на раны.	Повторить, как правильно обрабатывать раны, накладывать повязку.	Фиксация, покой.	Практическая работа № 17.	Таблицы.	Работа с таблицей
60.		Наблюдение за накладыванием гипса при переломах. Инструктаж по ПДД.	Повторить, как правильно накладывать повязку.	Гипс, покой, фиксация.	Экскурсия в травмопункт.		

**Учреждения, организации, предприятия (4 ч)**

61.		Промышленные предприятия данной местности для жителей города.		Промышленность, предприятие.		Таблицы и иллюстрации.	Работа с таблицами.
62.		Сельскохозяйственные предприятия.	Повторить местонахождения ближайшего промышленного предприятия.	Сельскохозяйственный		Таблицы и иллюстрации	Работа с таблицами
63.		Предприятие «Новый мир», «Радослав», «Славич»	Повторить местонахождения сельскохозяйственных предприятий.	Работники, предприятие.		Иллюстрации предприятий.	Ответы на вопросы.
64.		Экскурсия на ПШО. Инструктаж по ТБ и ПДД,	Повторить название цехов, отделов работы, специальности, виды выпускаемой продукции.	Работники, предприятие.	Экскурсия на ПШО.		

**Питание (продолжение)**

65.		Составление меню на обед на день, неделю.	Повторить технологию составления меню, умение подбирать продукты.	Вегетарианский борщ.		Инструкционная карта.	Работа с инструкционной картой.
66.		Составление меню на ужин на день, неделю.	Повторить, как правильно составить меню, подобрать продукты.	Рыба, отварной, чай.	Практическая работа № 6.	Инструкционная карта, меню на ужин.	Работа с инструкционной картой.
67.		Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы	ТБ при работе с электрооборудованием, ножом, тёркой.	Название кухонного оборудования, инвентаря.	Практическая работа «Уход за холодильником, хранение продуктов»	Инструкционные карты.	Программированный опрос.

		на кухне при приготовлении пищи.					
68.		Приготовление бутербродов	Открытый бутерброд, закрытый, комбинированный.	Тостер.	Практическая работа «Приготовление бутербродов с использованием тостера»	Инструкционная карта.	Устный отчёт о проделанной о работе.